

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Mahasiswa ialah masa telah memasuki masa dewasa dimana pada umumnya berada pada rentang usia 18-25 tahun (Hulukati, 2018). Wanita usia subur merupakan wanita yang berusia 15-49 tahun dimana pada masa ini keadaan organ reproduksi wanita berfungsi dengan baik (Kemenkes 2014). Mahasiswi pada semester 6 dengan rentang usia 19-24 tahun masih termasuk kedalam golongan wanita usia subur. Usia reproduktif pada wanita harus memperhatikan kondisi kesehatan tubuhnya maupun kesehatan reproduksi (Mulyani dkk, 2020). Kesehatan reproduksi yang baik dapat menurunkan resiko dan dampak negatif pada permasalahan kesehatan reproduksi (Hasanah, 2016).

Kesehatan reproduksi merupakan kesehatan yang ditunjukkan baik secara fisik, mental dan kesejahteraan sosial yang secara keseluruhan utuh untuk semua hal yang berkaitan dengan sistem, fungsi, proses reproduksi serta tidak hanya terbebas dari penyakit namun juga terbebas dari kecacatan (Rahayu dkk, 2017). Pada wanita subur setiap bulannya sistem reproduksi menghasilkan sel telur dan akan luruh dikarenakan tidak mengalami pembuahan, hal ini disebut dengan menstruasi (Priyatni, 2016). Pada saat menstruasi dapat terjadi berbagai macam gangguan yang bisa dialami yaitu sindroma premenstruasi, amenore, hipermenore, hipomenore dan dismenorea (Baziad, 2011).

Dismenore merupakan kram yang berasal dari uterus yang terjadi selama menstruasi yang terjadi pada perut bagian bawah namun dapat

menyebar hingga ke punggung bagian bawah, pinggul, pinggang, paha atas dan betis. Sebagian besar wanita menstruasi mengalami dismenore dalam tingkat keparahan yang berbeda-beda pada setiap individu yang mengalaminya (Sinaga dkk, 2017). Dampak Terjadinya dismenore pada wanita sangat mempengaruhi aktivitas yang dilakukannya sehari-hari. Menurut hasil penelitian Ammar (2016) dampak dismenore primer pada wanita usia subur di Kelurahan Ploso Kecamatan Tambaksari Surabaya adalah hilangnya jam sekolah, kuliah, atau jam kerja sebanyak 13 orang (22,8%) dan produktivitas wanita usia subur menurun sebanyak 44 orang (77,2%), sedangkan dampak kejadian dismenore pada mahasiswa ialah terganggunya aktivitas belajar akibat nyeri menstruasi yang dirasakan menyebabkan mahasiswa sulit berkonsentrasi dalam proses pembelajaran dan prestasi menurun karena tidak dapat mengikuti perkuliahan di kampus (Alimuddin, 2017).

Prevalensi kejadian dismenore di dunia sebesar 90% mengalami dismenore berat (WHO, 2016). Prevalensi kejadian dismenore di Indonesia sebesar 64,25% yang terdiri dari 54,89% mengalami dismenore primer dan 9,36% mengalami dismenore sekunder (Herawati, 2017). Berdasarkan hasil penelitian Andini tahun 2019 di Surakarta pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Surakarta sebesar 53%.

Penyebab terjadinya kejadian dismenore pada wanita dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu melewati sarapan, aktivitas fisik, mengonsumsi kafein, tingkat stress, dan frekuensi mengonsumsi makanan cepat saji (Mohamadirizi, 2015). Seringnya mengonsumsi makanan cepat saji tanpa memperhatikan asupan makanan yang bergizi seimbang dengan

baik dapat menimbulkan terjadinya gangguan menstruasi. Kekurangan zat gizi seperti vitamin B6, vitamin E, vitamin C, magnesium, zat besi, seng, kalium, kalsium dan asam lemak linoleat dapat memperburuk terjadinya dismenore (Devi, 2012).

Makanan cepat saji (*fast food*) merupakan makanan yang dapat disajikan secara cepat kepada konsumen. Makanan cepat saji (*fast food*) yang memiliki kandungan tinggi kalori, tinggi kandungan lemak trans, tinggi natrium dan tinggi gula, tetapi rendah akan kandungan vitamin, mineral, dan serat. Terciptanya makanan cepat saji memiliki dampak positif maupun dampak negatif bagi masyarakat. Dampak positif yang dimiliki *fast food* adalah cara penyajiannya yang cepat, praktis, ekonomis, dapat meningkatkan *diversifikasi*, hygiene, dan sanitasi (Daulay, 2014). Dampak negatif yang dimiliki *fast food* untuk kesehatan yaitu obesitas, hipertensi, stroke, jantung, dan penyakit ginjal (Pramanik, 2014).

Tingginya kandungan lemak jenuh yang terdapat dalam *fast food* dapat mengakibatkan terganggunya sistem metabolisme progesteron di siklus menstruasi (Myles, 2014). Kadar progesteron yang rendah dapat meningkatkan sintesis prostaglandin F2 alfa dan E2. Ketidakseimbangan antara prostaglandin F2 alfa dan E2 dengan prostasiklin (PGI2) mengakibatkan meningkatnya PGF2 alfa (Marliana, 2012). Prostaglandin terbentuk dari asam lemak di dalam tubuh. Setelah ovulasi, terjadi penumpukan asam lemak di fosfolipid dari membran sel. Semakin banyak tubuh mengonsumsi makanan cepat saji tinggi lemak trans, maka semakin tinggi kadar prostaglandin dalam tubuh akan menyebabkan rahim berkontraksi lebih keras dan menyebabkan dismenore (Sundari, 2020).

Berdasarkan hasil penelitian terdahulu, menurut Ismalia (2019) pada responden mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Lampung dengan jumlah sampel sebanyak 129 mahasiswi diperoleh hasil penelitian sebanyak 71,4% sering mengonsumsi *fast food* dan mengalami dismenore primer sebanyak 83,5%. Pada hasil penelitian Tsamara (2019) pada responden mahasiswi program studi pendidikan dokter di Fakultas Kedokteran Universitas Tanjungpura dengan jumlah sampel sebanyak 48 orang diperoleh hasil penelitian bahwa kejadian dismenore primer paling tinggi pada responden yang sering mengonsumsi *fast food* sebanyak 89,7% dan yang jarang mengonsumsi *fast food* sebanyak 42,1%. Pada hasil penelitian Masluroh (2018) pada seluruh mahasiswi Stikes Abdi Nusantara yang bertempat tinggal di Asrama Pohsang dengan jumlah sampel sebanyak 121 orang diperoleh hasil penelitian bahwa, sebanyak 56,2% sering mengonsumsi makanan cepat saji >3x/minggu dengan mengalami dismenore primer sebanyak 68,7%.

Perbedaan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya ialah pada penelitian ini dilakukan di Universitas Muhammadiyah Surakarta pada mahasiswi gizi. Alasan peneliti memilih mahasiswi gizi Universitas Muhammadiyah Surakarta sebagai subyek penelitian karena peneliti ingin mengetahui seberapa besar pengaruhnya frekuensi mengonsumsi makanan cepat saji dengan kejadian dismenore dengan semua pengetahuan yang dimiliki mahasiswi tentang gizi yang diperoleh selama masa perkuliahan telah diterapkan dalam kehidupan sehari-hari.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan pada bulan April 2021 dengan menyebarkan kuesioner *google form* melalui via

Whatsapp pada mahasiswi gizi Universitas Muhammadiyah Surakarta yang berjumlah 30 orang. Sebanyak 29 orang (96,7%) mengalami dismenore dan 1 orang (3,3%) tidak mengalami dismenore, sedangkan pada frekuensi konsumsi makanan cepat saji dari 30 orang sebanyak 17 orang (56,7%) mengonsumsi makanan cepat saji dengan kategori sering (≥ 8 x/minggu) dan 13 orang (43,3%) mengonsumsi makanan cepat saji dengan kategori jarang (< 8 x/minggu).

Berdasarkan uraian latar belakang diatas, maka peneliti tertarik ingin meneliti apakah terdapat hubungan frekuensi mengonsumsi makanan cepat saji dengan kejadian dismenore pada Mahasiswi gizi di Universitas Muhammadiyah Surakarta.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang diatas, maka rumusan masalah penelitian “Apakah terdapat hubungan frekuensi mengonsumsi makanan cepat saji dengan kejadian dismenore pada Mahasiwi Gizi di Universitas Muhammadiyah Surakarta?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui apakah terdapat hubungan frekuensi mengonsumsi makanan cepat saji dengan kejadian dismenore pada Mahasiswi Gizi di Universitas Muhammadiyah Surakarta.

2. Tujuan Khusus

- a. Mendeskripsikan karakteristik responden meliputi usia responden dan usia *menarche* pada Mahasiswi Gizi di Universitas Muhammadiyah Surakarta.

- b. Mendeskripsikan gambaran frekuensi dan jenis makanan cepat saji pada Mahasiswi Gizi di Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- c. Mendeskripsikan kejadian dismenore pada Mahasiswi Gizi di Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- d. Menganalisis hubungan antara frekuensi mengonsumsi makanan cepat saji dengan kejadian dismenore pada Mahasiswi Gizi di Universitas Muhammadiyah Surakarta.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Peneliti

Penelitian ini diharapkan agar dapat menambah ilmu pengetahuan, wawasan, dan pengalaman tentang keterkaitan frekuensi mengonsumsi makanan cepat saji dengan kejadian dismenore.

2. Bagi Masyarakat

Penelitian ini diharapkan dapat berguna sebagai referensi bagi masyarakat untuk penelitian selanjutnya.

3. Bagi Subyek Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat menambah masukan dan informasi bagi mahasiswi tentang keterkaitan frekuensi mengonsumsi makanan cepat saji dengan kejadian dismenore.